

己斐・己斐上 地域包括支援センターだより

〒733-0812 広島市西区己斐本町2丁目7-13

TEL (082) 275-0087 / FAX (082) 275-0070

己斐・己斐上地域包括支援センターは、己斐西町・己斐本町・己斐中・己斐東・己斐上・己斐大迫地区にお住まいの高齢者（概ね65歳以上の方）の暮らしを総合的にサポートする、地域の総合相談窓口です。主任ケアマネジャー・社会福祉士・保健師などの専門職が中心となって医療機関や介護事業所、民生委員、公的機関等と連携し相談対応いたします。介護保険の代行申請や利用に関する相談も可能です。相談料はすべて無料ですのでお気軽にご相談ください。

わたしたちがご相談にお答えします。



主任ケアマネジャー



社会福祉士



保健師

活動報告

己斐・己斐上包括支援センターでは 各種介護予防教室を開催しています。

今年度はコロナウイルス感染症の拡大を受けて、地域の行事がたくさん中止になりました。己斐・己斐上包括支援センターでも、たくさんの教室が中止になりましたが、己斐公民館さんと己斐上公民館さんのご協力のもと、感染対策をおこないながら「こいこい元気教室」「ホップステップ！健康寿命アップ講座」を開催しました。令和3年度もみなさまの健康作りのお役にたつような教室を企画しますので、ぜひご参加ください。（各種教室の開催は、公民館だよりや地域の回覧版を通してお伝えします。）



己斐小学校・己斐上中学校・己斐中学校で 認知症サポーター養成講座を開催しました。

認知症サポーターとは「認知症に関する知識と理解を持ち、認知症の方とその家族を、自分たちのできる範囲で支えてくださる地域の応援者」のことを言います。このたび、「認知症サポーター」になるための養成講座を、10月28日に己斐小学校の4年生のみなさん、11月25日に己斐上中学校の3年生のみなさん、12月25日に己斐中学校の3年生のみなさんが受講してくださいました。今年も、己斐の町にたくさんの「認知症サポーター」が誕生しました。



介護予防拠点情報

注) 介護予防拠点には参加条件があったり、感染症の関係でお休みになっている場合がございます。詳しくは、直接各拠点にまでお問合せいただくか、己斐・己斐上地域包括支援センターまでご連絡ください。

介護予防拠点とは、週1回、地域の仲間が集まって体操をおこなっている場所のことを言います。負荷の少ない体操ですので、筋力をつけたい方の他、最近体力が落ちてきた方、足腰に不安がある方がたくさん通っていらっしゃいます。一緒に身体を動かしましょう。

ふじハイツいきいきサロンの皆さん



| 名称 | 場所 | 曜日 | 時間 |
|----------------------------------|----------------------------|-----|---------------------------------|
| 共立健康体操クラブ | 共立ハイツ集会所 | 月曜日 | (男)9:00~10:00 (女)10:30~11:30 |
| 己斐本町一丁目中町内会楽々会 | 朝日医療専門学校2階武道場 | 月曜日 | 10:00~11:00 13:30~14:30 |
| 国迫百歳体操 | 己斐大迫集会所 | 月曜日 | 9:30~10:30 10:40~11:40 |
| わくわくクラブ | 己斐本町コープマンション2階集会室 | 火曜日 | 11:00~12:00 |
| もみじが丘GOGO体操 | もみじが丘集会所 | 水曜日 | 9:30~10:30 |
| 大迫水曜会体操 | 己斐大迫集会所 | 水曜日 | 10:00~11:00 |
| いきいきコイコイ体操 | 己斐上集会所 | 水曜日 | 9:00~10:00 10:30~11:30 |
| 閑静園百歳体操 | 閑静園集会所 | 木曜日 | 9:00~10:00 |
| 中郷百歳体操 | 中郷集会所 | 金曜日 | 9:30~10:30 |
| いきいき茶臼台 | 茶臼台集会所 | 金曜日 | 9:30~10:30 |
| ふじハイツいきいきサロン (棟ごとに会場が分かれています) | 己斐中市営第一集会所 己斐中市営アパート集会室 | 金曜日 | 13:30~14:30 |
| こいこい上長寿クラブ | 己斐上5丁目集会所 | 金曜日 | 9:00~10:00 |
| もより会 | 己斐西町集会所 | 土曜日 | 9:30~10:30 10:30~11:30 |

見守り支え合い事業

見守り支え合い事業とは社会福祉協議会、町内会、民生委員、老人クラブ、地域住民等が協力し、概ね75歳以上の方が安心して生活が送れるよう声かけや見守りをおこなう仕組みです。登録希望の方は包括支援センター又は、町内会、民生委員に問い合わせ下さい。(己斐上学区は調整中)

こいこい見守りネット
(己斐小学校区)

8名

令和3年3月現在

見守りネット己斐東
(己斐東小学校区)

28名

令和3年3月現在

包括支援センターの場所はこちら

